

УДК 159.9

Карачинський О. А.,
ад'юнкт (штатний)
науково-організаційного відділення,
Військовий інститут
Київського національного університету
імені Тараса Шевченка
E-mail: karachinskiy.aleksey@gmail.com

ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ КОМБАТАНТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ДІАЛЕКТИЧНИХ СТРАТЕГІЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ

У статті описана технологія застосовування психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу у ході емпіричного дослідження смислових структур особистості комбатантів. Основу технології складає діалектико-феноменологічний підхід О. Ф. Лосева, метод психотерапії та психологічного консультування В. Завв'ялова, та діалектична поведінкова терапія М. М. Лайнен. Застосування діалектичних стратегій психологічного впливу уможливило швидке виявлення, в проблемах комбатантів, суперечностей та знаходження ідей для їх «примирення», а також встановлення нових смислових зв'язків минулих подій з подіями теперішнього та майбутнього.

Ключові слова: психотерапія, психологічне консультування, допомога, діалектика, комбатант, діаналіз, діалектична поведінкова терапія, сенс.

The article describes the technology of applying psychological counseling, using dialectical strategies of psychological influence during the empirical research of the semantic structures of the combatants' personalities. The background of the technology is the dialectical-phenomenological approach of O. F. Losev, the method of psychotherapy and psychological counseling of V. Zavyalov, and the dialectical behavioral therapy of M. M. Lainen. The use of dialectical strategies for psychological influence enabled a rapid identification of the combatants' problems and controversies, and finding the ideas for their «reconciliation», as well as the establishment of the new semantic connections between the past, present and future events.

Key words: psychotherapy, psychological counseling, assistance, dialectics, combatant, dianalysis, dialectical behavioral therapy, sense.

Постановка проблеми. Однією з проблем, з якою стикаються комбатанти внаслідок психологічних травм на війні – є втрата сенсу життя. Вирішити проблеми такого виду самостійно складно і часто неможливо. Втрата сенсу стає серйозною перешкодою для нормальної життєдіяльності: змінюється поведінка, розвиваються соматичні захворювання, порушуються взаємовідносини, тощо [1, с. 101]. Це, в свою чергу, призводить до алкоголізму, наркоманії, інвалідизації, руйнування сімей. Відбуваються зміни у характері, зниження працездатності, нерідко – з'являються психопатологічна симптоматика [2, с. 117]. Загалом, втрата сенсу відбувається після сильних життєвих потрясінь, тому, одне з нагальних практичних завдань, що стоять перед військовими психологами – надання психологічної допомоги військовослужбовцям, особливо тим, що брали участь в бойових діях.

Аналіз остатніх досліджень і публікацій. У психотерапії традиційно використовувалася формальна логіка («раціональна психотерапія» Дюбуа), психологія мислення («когнітивна» психотерапія А. Бека), наукове мислення («поведінкова» терапія І. Павлова, Вольпе та інших), системне мислення (гештальт-терапія, сімейна системна терапія) і т. д. Крім «Сократичного діалогу», як мистецтва ведення дискусії, про діалектику в психотерапії йдеться дуже мало. Деякі фахівці стверджують, що З. Фрейд в кінці життя цікавився діалектикою, хоча і «не дійшов до неї». Карл Юнг в діалектиці бачив не гру розуму, а гру несвідомих сил [3, с. 52]. Діалектичні стратегії у контексті надання психологічної допомоги нині знайшли своє відображення у публікаціях зарубіжних та українських авторів, зокрема – Марші М. Лайнен, В. Зав'ялова, Л. Щербини та ін.

Так, В. Зав'ялов вважає, що діалектика, як форма та спосіб рефлексивного теоретичного мислення, що має своїм предметом протиріччя у змісті мислення, допомагає людині побачити проблему повніше та у ширшому контексті. Застосування діалектичних процедур дозволяє міркувати над проблемою та розв'язувати життєву задачу за рахунок знаходження тимчасового локального синтезу протилежностей, які складають суперечність, що є логічною основою проблеми [4, с. 90].

Виділення невирішених раніше частин проблеми. Вивчення ефективних, швидких методів надання психологічної допомоги, як технології допомоги при проблемах втрати смислових зв'язків залишається недостатньо вирішеним завданням для військових психологів.

Мета статті. Опис технології психологічного консультування комбатантів за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу.

Виклад основного матеріалу. Основну моделі психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу ми розуміли, як «Особистість-Реальність-символ» [4, с. 218],

в якій проблема трактується як «неповний синтез протилежностей». При цьому особистість визнається «носієм проблеми», символ – «проявником проблеми», а реальна дійсність – «джерелом проблеми». Поза цим контекстом будь-яка «проблема» є культурна цінність, що має масу альтернативних рішень в історії суспільства. Такий підхід забезпечив нам максимальну екологічність консультування, високу ефективність і гуманність втручання. Вибраний нами підхід також базується на українській традиції філософствування (ідеї Г. С. Сковороди щодо мікросвіту, макросвіту та світу символів), для якої характерно дбайливе ставлення до сенсу всього, що відбувається: сенс самопроявляється, а не конструюється [5, с. 58]. Для самовияву сенсу необхідна відповідна робота розуму, почуттів і волі, прийняття відповідальності і усвідомлення особистісної свободи.

Психологічне консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу у самому спрощеному визначенні є «особистісна, реалістична, орієнтована на вирішення проблеми за допомогою діалектичної символології, допомога людині в подоланні життєвих труднощів».

В процесі психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій, ми користувалися наступними формами:

1. Інтерв'ю. Терапія очевидності.

Інтерв'ю ми розуміємо, як пошук базової помилки клієнта, на якому він будує аргументацію нещастя або так звану «патогенну ідею». Ця ідея втілюється в його «симптомну поведінку», «психопатологію», «проблему». Будь-яка інша інформація про клієнта є допоміжною, якщо не веде до виявлення цієї базової помилки, або зайвою, якщо переводить увагу на інші аспекти життя.

В діалектичному інтерв'ю ми не використовували так звані «проблемні питання»: відповідь питанням на питання, «чорно-білі» питання, відповіді на які можуть бути лише «так» або «ні», трюкові запитання на кшталт «Ви вже перестали бити свою дружину?», складні питання, що вимагають знання специфічної термінології, питання, що зачіпають самоповагу особистості та інші прийоми софістичної аргументації і діалогової гри [4].

Ми використовували мінімальну кількість «ходів», щоб підібратися до суті проблеми. Так само відходили від «прохідних» питань: «Ви раніше міркували про смерть?», «Ви знали, що люди смертні?», «Коли ви дізналися, що люди вмирають?». Відходили від відволікаючих питань: «Чим ви сьогодні займалися?», «Що їли на сніданок?», «Кого бачили вранці зі знайомих?» і т. д. Також, в процесі консультації ми не задавали ніяких сугестивних і трансових запитань: «Ви сидите тут, дивіться на мене, слухаєте мої запитання, і я питаю вас: ви відчуваєте живе биття

пульсу в вашому тілі, скажімо, в пальцях рук або в скронях, думаючи про смерть?». Ми запитували не про проблему і її принади, а про те, чого хоче домогтися клієнт, яке бажання його попало в лабіринт помилок.

Симптом в діалектичному інтерв'ю – це символ, в якому об'єднується: суб'єктивне і об'єктивне, внутрішнє і зовнішнє, зміст і форма, знання і незнання, загальне і часткове. У симптомі відображається сенс, нехай спотворено і неповно, сенс дійсного життя клієнта. Однак з цього симптому-символу і слід «виводити» ті ідеї та смисли, які необхідні клієнту для вирішення проблем, для поліпшення свого життя, для пошуку і вибору більш ефективного способу самовираження.

Діалектичне інтерв'ю – це приведення клієнта до очевидності того факту, що будь-яка поведінка його, будь-який симптом – це і є він сам, а не хтось інший. Так само в цій формі консультації ми використовуємо діалектичний метод отримання «вивідного знання». Необхідне знання виводиться з скарги-посилки. Клієнт є джерелом знання, так як тільки він має всю повноту знань про власне життя. Оскільки в ньому є всі необхідні знання, то завдання – саме «вивести» ці знання в тій кількості і якості, що необхідно для вирішення проблеми клієнта.

Результатом інтерв'ювання в психологічному консультуванні за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу є встановлення очевидності тих явищ, які відбуваються в житті клієнта, вихід з помилок і упередженості. Методологічна основа інтерв'ю – здоровий глузд і очевидність самого досвіду клієнта: спочатку очевидний досвід страждання, але новий досвід усвідомлення очевидності помилки «скасовує» відповідний досвід або саму очевидність. Загальний підсумок: очевидна недійсність того, що було у «проблемному» досвіді, і очевидна дійсність скасування очевидності на користь іншої.

2. Дискусія. Терапія визначеністю.

Рациональна психотерапія Поля Дюбуа спирається на переконливу діалектику і силогічні докази. Вона, на думку творця, викриває помилки в судженнях клієнта про характер і природу його проблеми. Зняття невизначеності, корекція суперечливості та непослідовності суджень – такі основні моменти раціональної психотерапії [6].

Друга форма психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій – це змістовна дискусія, метою якої є отримання нових знань для клієнта, яких йому не вистачає для прийняття розумних, вигідних для нього рішень. Дискусія зменшує невизначеність, яка є глибоким і потужним джерелом втрати сенсу життя людини. Дискусія в діалектичному підході консультування – це не спосіб переконання, а спосіб дізнатися необхідне знання і засумніватися в необхідності не потрібного знання.

Однією з технік другої форми діалектичного консультування, якою ми користувались, є метод Сократа. Його мета – вивести знання заново, з нуля, з точки «незнання». Хід сократівської дискусії йде від незнання до знання, а не від одного знання до іншого, більш повного. Знання виводяться консультантом за допомогою послідовних питань до клієнта, де клієнт, є джерелом «вивідного знання». Консультант в дискусії є «методологом» або організатором цього процесу [4].

Тактичною метою психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу у формі дискусії було приведення клієнта до протиріччя з самим собою. За допомогою питань, ми респондента заводили в смисловий глухий кут, парадокс, який змушує його визнати своє невігластво або обмеженість пізнавальних можливостей людини взагалі. Таким чином клієнт добровільно відмовлявся від стереотипів мислення, від звичних догм і зручних концептів, та долав протиріччя з метою пошуку істини.

Діалектична дискусія завершується створенням «персонального міфу». Міф – це чудова історія особистості, подана в словах. У міфі здійснюються мрії і потенції конкретної особистості клієнта. «Персональний міф» – це єдиний спосіб утримати смислову єдність людини. Все інше розсипається на свої складові частини – відносини, властивості, навички, знання, здібності, таланти, пристрасті, потяги, образи і т. д. У дискусії важливий не сам по собі міф, а межа між фактично цією ідеєю перетворення власної поведінки, і міфічно загальною ідеєю особистості.

3. Імагінація. Терапія безперервностію.

Третя форма, яку ми використовували в психологічному консультуванні за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу є синтезом руху образів і статичності образів. Рух не мислимий без спокою, а спокій лише і можливий при існуванні руху. Синтез одного і іншого дає діалектичну категорію «рухомий спокій».

Імагінація – це приклад «інтегративної психотерапії», побудованої на єдиній методологічній основі – діалектики і вивідному знанні. Це загальноновживаний міжнародний термін, що позначає процес уяви, продукування образів, їх трансформацію у процесі творення. Автор «психоімагінаційної терапії» Дж. Шорр у своїх книгах писав, що безконтрольне продукування образів заповнюють свідомість і витісняють потворне, абстрактне мислення, призводить до психопатології [7]. Такі симптоми зустрічаються у комбатантів в формі флешбеків. Тому реальну проблему необхідно вирішувати реальними засобами, а уявну – уявними, а різницю досягати освіченим розумом.

Проблема, в третій формі консультування, розглядається як «зупинка» життя. Вона в чомусь блокує, зупиняє людину, гальмує його

розвиток і нормальне життя. Завдання цієї форми – дати продовження життю після його «зупинки», «анімувати», оживити його, а не вдаватися до безплідних мрій про «інше життя» [4].

У процесі консультування взагалі складно обійтися без уяви, бо використання образів значно полегшує і прискорює «обробку» симптомів. В історії психотерапії, найбільш відомі представники цієї професії використовували так чи інакше роботу з образами уяви у своїй роботі. Найчастіше згадуються такі автори: Фрейд – «Образ як техніки концентрації»; Юнг – «Активна уява»; Стампф – «Емплозивна терапія»; Вольпе – «Систематична десенсибілізація»; Шульц – «Аутогенне тренування»; Ассаджиолі – «Психосинтез за допомогою уяви»; Лейнер – «Направлена афективна уява».

Імагінація в психологічному консультуванні за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу включає вище перераховані техніки використання уяви. Однією з основних є метод «розототожнення» і провокацій образів Ассаджиолі [8].

4. Реорганізація. Терапія упорядкуванням.

Реорганізацію ми розуміємо, як встановлення нового порядку в житті. Терміну «реорганізація» передують термін «організація», який включає в себе три значення:

- об'єднання людей на основі спільної мети;
- сукупність процесів, які утворюють або вдосконалюють взаємозв'язки між частинами цілого;
- упорядкування, або будова частин цілого.

Відповідно, термін «ре-організація» матиме також три значення відновлення зазначеної впорядкованості по новому:

- об'єднання людей на основі нової або переформульованої мети;
- нова чи інша сукупність процесів, які утворюють або вдосконалюють взаємозв'язки між частинами цілого;
- інша впорядкованість і перебудова частин в цілому.

З точки зору діалектичного підходу до психологічного консультування, у будь-якого клієнта, який звернувся за допомогою, є якийсь порядок, який перестав його влаштовувати і приносити бажані результати. Основна мета четвертої форми консультування – пошук іншого упорядкування досвіду клієнта, відновлення керованості життям, поведінкою, ситуацією. Керованість можна позначити як контроль над ситуацією, управління своїм станом.

Сенс реорганізації полягає в тому, що змінюється тільки структура вже наявного порядку і нічого принципово нового сам процес перетворення не вносить. Якимось чином організована проблема, організовується по-новому в рішення. При цьому всі складові частини цього цілого залишаються тими ж самими, вони ніякій переробці не піддаються [4].

Всі перераховані заходи проходять у формі ненав'язливих інструкцій, зрозумілих прикладів-метафор, м'якою активацією волі до здоров'я і виборчої неувagi до уявної хвороби. Отже, остаточне визначення четвертої форми психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу: реорганізація структури свідомості людини як особистості таким чином, щоб між елементами досвіду з'явилися нові, значущі смислові та логічні зв'язки, які тягнуть до формування нової поведінки.

5. Ампліфікація. Терапія творчим розширенням.

Термін «ампліфікація», означає розширення, поширення, посилення дії параметрів в складній системі [9]. Термін давно використовується в психотерапії, психологічному консультуванні, риториці і техніці.

Ампліфікацію ми розуміємо, як розширення сенсу персонального міфу клієнта. Мета цієї п'ятої форми консультування – збільшити свідому активність клієнта, поширити сенс на його складні для розуміння і контролю сторони. Консультування за допомогою ампліфікації схоже на використання «терапевтичних метафор», «казкотерапії», «міфодизайну», «наративної психотерапії». Це схоже на створення особистісних історій, в яких особистість клієнта отримує максимально повне смислове вираження.

У ампліфікації клієнт через міфічну ідентифікацію з героєм відомого міфу об'єднує в собі унікальність (він – один такий на всьому світі і у всій історії) і універсальність (він такий же, як герой, він і є цей ідеал, втілений в конкретиці просторово-часового поля). Сутність ампліфікації в синтезі унікального і універсального в особистості, в пошуку точок повного збігу ідеального і реального, що втілюється в конкретному досвіді. Ампліфікація сенсу рухається, як від конкретних фактів життя до ідеального образу, так і в бік конкретики від ідеального образу до втілення в факти життя [4].

У ампліфікації будь-який симптом і поведінка людини в цілому визнається не безглуздою, а логічно необхідною. У симптомі є необхідний сенс, який потребує свого вираження. Особистісний сенс симптому, виводиться за допомогою логічного розширення сенсу який вже закладений в симптом.

Усі вищезазначені фази психологічного консультування будувались пентаді абсолютної діалектики О. Ф. Лосєва – яка є основним логічним інструментом діалектичного аналізу, яким ми користувались. Вона складається з п'яти кроків:

Перший. Тезис – виявлення проблеми, центрація.

Другий. Антитезис – пошук протилежної сторони проблеми, погляд на об'єкт проблеми з протилежної позиції, периферії. Децентрація.

Третій. Синтез протилежностей, їх примирення. Тут відбувається пошук та знаходження терапевтичної ідеї, виникає зміна мислення проблеми.

Четвертий – факт. Практичний момент. Тут здійснюється зміна моделі поведінки, згідно з новим мисленням, заснованим на знаходженні терапевтичної ідеї. Іде пошук можливого шляху реалізації терапевтичної ідеї.

П'ятий – міф. Осмислення нової поведінки, надання їй міфічного змісту.

Застосування цього інструменту до вирішення труднощів з будь-якого проблемного поля гарантує розуміння суті проблемної ситуації, бачення логіки її розвитку і можливостей вибору варіантів цього розвитку, можливість бути «господарем ситуації».

Висновки. Основою діалектичних стратегій надання психологічної допомоги є точна організація мислення. Така організація досягається за рахунок оволодіння консультантом пентадним принципом розмислювання проблеми. Пентада абсолютної діалектики О. Ф. Лосева – основний логічний інструмент діалектичних стратегій. Застосування цього інструменту до вирішення труднощів з будь-якого проблемного поля гарантує розуміння суті проблемної ситуації, бачення логіки її розвитку і можливостей вибору варіантів цього розвитку.

Перспективи подальших досліджень. Методи надання швидкої психологічної допомоги комбатантам, що втратили сенс життя, потребують більше детального вивчення та подальшого впровадження в практику на основі взаємозв'язку смислової сфери особистості в процесі подолання життєвих криз. Вивчення ролі особистісного сенсу особистості при бойовому стресі та пошук смислових механізмів і шляхів корекції смислових криз в наслідок післятравматичного досвіду.

Список використаних джерел

1. Карачинський О. А. Діалектичні стратегії надання психологічної допомоги військовослужбовцям в постстресовий період / О. А. Карачинський // Вісник Національного університету оборони України. – К.: НУОУ, 2015. – Вип. 2 (45). – 352 с.
2. Фоа Э. Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства / Э. Фоа. – Москва: «Когито-центр», 2005. – 467 с.
3. Завьялов В. Ю. Что такое дианализ? Методические рекомендации / В. Ю. Завьялов. – Новосибирск: Издательский дом «Манускрипт», 2005. – 52 с.
4. Завьялов В. Ю. Элементарный учебник дианализа / В. Ю. Завьялов. – Новосибирск: Из-во СО РАМН, 2004. – 478 с.
5. Завьялов В. Ю. Смысл нерукотворный: методология дианалитической терапии и консультирования / В. Ю. Завьялов. – Новосибирск: «Манускрипт», 2007. – 284 с.

6. Дюбуа П. О психотерапии / П. Дюбуа; [Под ред. Н. Е. Осипова, О. Б. Фельцмана] // Психотерапевтическая библиотека. – Москва: Наука, 1911. – Вып. 2 (VI). – 131 с.
7. Карвасарский Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия / Б. Д. Карвасарский. – СПб.: Питер, 2000. – 420 с.
8. Ассаджиоли Р. Психосинтез. Принципы и техники / Р. Ассаджиоли; [Пер. с англ. Е. Перовой]. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 416 с.
9. Степанов С. С. Популярная психологическая энциклопедия / С. Степанов. – М.: Эксмо, 2005. – 672 с.

References transliterated

1. Karachyn's'kyj O. A. Dialektychni strategii' nadannja psyhologichnoi' dopomogy vijs'kovosluzhbovcjam v poststresovyj period / O. A. Karachyn's'kyj // Visnyk Nacional'nogo universytetu oborony Ukraïny. – K.: NUOU, 2015. – Vyp. 2 (45). – 352 s.
2. Foa Je. Jeffektivnaja terapija posttravmaticheskogo stressovogo rasstrojstva / Je. Foa. – Moskva: «Kogito-centr», 2005. – 467 s.
3. Zav'jalov V. Ju. Chto takoe dianaliz? Metodicheskie rekomendacii / V. Ju. Zav'jalov. – Novosibirsk: Izdatel'skij dom «Manuskript», 2005. – 52 s.
4. Zav'jalov V. Ju. Jelementarnyj uchebnik dianaliza / V. Ju. Zav'jalov. – Novosibirsk: Iz-vo SO RAMN, 2004. – 478 s.
5. Zav'jalov V. Ju. Smysl nerukotvornyj: metodologija dianaliticheskoy terapii i konsul'tirovanija / V. Ju. Zav'jalov. – Novosibirsk: «Manuskript», 2007. – 284 s.
6. Djubua P. O psihoterapii / P. Djubua; [Pod red. N. E. Osipova, O. B. Fel'mana] // Psihoterapevticheskaja biblioteka. – Moskva: Nauka, 1911. – Vyp. 2 (VI). – 131 s.
7. Karvasarskij B. D. Psihoterapevticheskaja jenciklopedija / B. D. Karvasarskij. – SPb.: Piter, 2000. – 420 s.
8. Assadzhioli R. Psihosintez. Principy i tehniki / R. Assadzhioli; [Per. s angl. E. Perovoj]. – M.: Izd-vo JeKSMO-Press, 2002. – 416 s.
9. Stepanov S. S. Populjarnaja psihologicheskaja jenciklopedija / S. Stepanov. – M.: Jeksmo, 2005. – 672 s.

A b s t r a c t

Karachynskyi O. A.,
Adjunct (staff) of the Scientific-
Organizational Department

PSYCHOLOGICAL COUNSELING OF COMBATANTS USING THE DIALECTIC STRATEGIES OF PSYCHOLOGICAL INFLUENCE

One of the problems combatants face after being traumatized at war is a loss of a life sense. It hinders their normal life a lot and provokes behavioral changes, increasing somatic diseases, breaking relationships, etc. One of the

vital missions military psychologists stand to is psychological assistance to military personnel, especially those who took part in the military actions.

This article describes the method of implementing psychological counseling, using dialectical strategies of psychological influence during empirical studies of combatants' semantic structures. This method relies on A. F. Losev's dialectic-phenomenological approach, V. Zavyalov's psychotherapy and psychological counseling method, and dialectical cognitive therapy by M. M. Lainen.

In the dissertation's empirical research, we identified semantic structures transformation of the combatants' personalities throughout rehabilitation period during their psychological counseling using dialectical strategies of psychological influence, which are based on the O. F. Losev's pentade of absolute dialectics – our main logical instrument of dialectical analysis. Every form comprises five consecutive stages of psychological counseling.

The fundament of the first form is the point where it becomes clear, what is happening to a client, the obviousness of flaws. The second: finding symptom, discovering «pathogenic idea» and limiting its pathogenic potential, semantically outlining and constraining problem, strictly defining contradiction. The third: forming a coherence of psychological life, filling «blank» and «empty» spaces in experiences, letting life to go on. The fourth: building an effective behavioral system from the components of experience, reorganizing life in common and particular aspects as well, bringing back the feeling of control. On the fifth phase, counselor works with a mythological matter of symptom. Their attention is completely focused on the client's personal myth. This «story» evolves and embodies into a suitable scenario, «screenplay», «leitmotif», «summary», «synopsis».

The usage of the dialectic strategies of psychological influence made possible a quick identification of contradictions in the combatants' problems and their further altering by finding ideas for their reconciliation, as well as defining new semantic connections between the events from the past to the present and future.

Отримано – 4 серпня 2017

Рецензовано – 10 серпня 2017

Прийнято – 16 серпня 2017

Received – August 4, 2017

Revision – August 10, 2017

Accepted – August 16, 2017